

キラリ人

えんどう 遠藤 工三 さん
(22歳)



▲「日野に帰って来るとほっとします」。ご家族の応援を力に、自分に負けず、日々レースに挑む遠藤さん

遠藤さんは、現在、ボートレーサーとして活躍されています。日野町で育ち、今も日野町で生活しながら、全国各地へ出向いてレースをされています。ボートレーサーになるきっかけなどをお聞きしました。

小さな頃から、野球やサッカーなど、外で遊ぶことが大好きだった遠藤さん。高校卒業後はパン屋で働かれました。

ボートレーサーになるきっかけになったのは、ボートレーサーを目指されていたお姉さんの存在でした。競艇学校の入学試験では、惜しくも一度目は合格とはなりませんでしたが、実技試験の際、初めて乗ったボートの楽しさが忘れられず、二度目の試験に挑戦。見事合格されました。

福岡県にあるやまと競艇学校の第102期生となつ

そうです。「最初の頃はメンタルコントロールがうまくできなかったのですが、最近は良くないことは考えないようにしています」とレーサーとして日々成長されています。

遠藤さんの強みは、「スピード」。直線で時速80km、カーブでは時速40kmで走るボートを、練習で身に付けたバランス感覚と持ち前のセンスで操縦されます。また、ボートにつけるプロペラの調整を学ぶなど、操縦技術だけでなく、整備の知識も習得されています。

選手たちは、勝率でA1・A2・B1・B2というランクが決まります。現在、遠藤さんはB1。目標は「上のランクに上がること」。優しい笑顔の奥にある熱い思いが印象的でした。

た遠藤さん。ボートに乗ったり、法規を学んだり、朝から夜までボートについて学ぶ日々を送られました。厳しい訓練と寮生活を経て、プロになられたのは約2年前。現在では、全国各地で月2回ほど、約1週間の期間で行われるレースに出場されています。強い選手たちの中で1着になるのは難しいことです。最近では、7月に静岡県・浜名湖で開催されたレースで、1着でゴールする素晴らしいレースをされました。「ほっとしました」と、喜び以上に安堵感の方が大きかった



▲7月14~19日に開かれた浜名湖女子リーグ。1着でゴール!



健康推進員
ひまわら みつお
久村 満栄 さん
(十禅師)

💡 ポイント 💡

本来は水煮トマトの缶詰を使ったレシピなのですが、畑のトマトを使って煮込みました。夏野菜たっぷりの美容にも良いスープです。

ヘルシークッキング

ラタトゥイユ風 トマトスープ



材料(4人分)

トマト2個、ズッキーニ1本、ナス2本、赤パプリカ1個、かぼちゃ $\frac{1}{2}$ 個、ソーセージ6本、塩コショウ少々、オリーブ油大さじ2

【スープ用】トマト(完熟)大3個、水400ml、ローリエ1枚、固形チキンスープの素2個

作り方

- ①ナスとズッキーニは1cmの輪切り、赤パプリカは種をとって乱切り、かぼちゃは皮ごと小さめのひと口大に切る。ソーセージは斜め半分に切る。トマトはヘタをくり抜き、種を取り出してザク切りにする。
- ②トマト(スープ用)を湯むき、もしくは包丁で皮をむき、種を取り出し、鍋で煮込む。(トマトピューレ)
- ③鍋にオリーブ油を熱し、ソーセージを炒め、かぼちゃ、ナス、ズッキーニ、赤パプリカを入れて炒める。
- ④全体がしんなりしたら、スープ用材料(トマトピューレ、固形スープ、水、ローリエ)、ザク切りトマトを加え15分煮る。
- ⑤塩コショウで味をととのえる。

☆1人分エネルギー 252kcal
たんぱく質6.9g/脂質13.6g
食塩相当量1.5g